సాక్షి
జగిత్యాల

ఆదివారం । 29 । సెప్టెంబర్ । 2024

## న్యూస్‌రీల్

### బతుకమ్మ తెలంగాణ అస్తిత్వం



కళాశాలలో బతుకమ్మతో జడ్జి నీలిమ, విద్యార్థులు

**జగిత్యాల:** సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు బతుకమ్మ అద్దం పడుతుందని, తెలంగాణ అస్తిత్వానికి నిదర్శనం బతుకమ్మ అని జిల్లా జడ్జి నీలిమ అన్నారు. శనివారం జిల్లా కేంద్రంలోని ఎస్‌కేఎన్‌ఆర్ ప్రభుత్వ ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్ కళాశాలలో ముందస్తు బతుకమ్మ వేడుకలు నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న ఆమె మాట్లాడుతూ.. నేటి యువత సంస్కృతి, సంప్రదాయాలపై లోతైన అవగాహన కలిగి ఉండాలని, సోషల్ మీడియా, సెల్‌ఫోన్లతో ఎక్కువ సమయం వృథా చేయకుండా బాగా చదువుకుని ఉన్నతస్థాయికి ఎదగాలన్నారు. బతుకమ్మ గురించి ప్రతి యువత తెలుసుకోవాలన్నారు. విద్యార్థులు ఉన్నతస్థాయికి ఎదిగి తల్లిదండ్రుల పేరు నిలబెట్టాలని ఆకాంక్షించారు. ప్రిన్సిపాల్ అశోక్ మాట్లాడుతూ బతుకమ్మ తెలంగాణలో జరుపుకునే విశిష్ట పండగ అని, ఆడబిడ్డకు విలువ గురించి తెలుపుతుందన్నారు. అనంతరం తీరొక్క పూలతో బతుకమ్మలను పేర్చి ఆడిపాడారు. కార్యక్రమంలో వైస్ ప్రిన్సిపాల్ శ్రీనివాస్, ఎన్‌సీసీ అధికారి రాజు, అధ్యాపకులు సురేందర్, మధుకర్, గోవర్దన్, రాంచంద్రం, రజిత, సుప్రియ పాల్గొన్నారు.

### ఖైదీలకు మెరుగైన సౌకర్యాలు కల్పించాలి



మాట్లాడుతున్న జిల్లా న్యాయసేవ అధికార సంస్థ సెక్రటరీ కె.ప్రసాద్

**జగిత్యాలక్రైం:** ఖైదీలకు మెరుగైన సౌకర్యాలు కల్పించాలని జిల్లా న్యాయసేవ అధికార సంస్థ సెక్రటరి కె.ప్రసాద్ అన్నారు. శనివారం జగిత్యాల స్పెషల్ సబ్ జైలును సందర్శించారు. ఖైదీలకు అందుతున్న సౌకర్యాలపై ఆరాతీశారు. వారికి కలిగే అసౌకర్యాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. అనంతరం ఖైదీలకు పండ్లు పంపిణీ చేశారు. ఆర్థిక స్థోమత లేని ఖైదీలకు ఉచితంగా న్యాయం అందిస్తామని, కార్యక్రమంలో చంద్రమోహన్, చీఫ్ లీగల్ ఎయిడ్ డిఫెన్స్ కౌన్సిల్ సతీశ్, విజయ్‌కృష్ణ, జైలర్ మొగిలేశ్, జైలు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

### జేఎల్ సంఘం జల్లా అధ్యక్షుడిగా వేణు



నూతన కార్యవర్గం

**జగిత్యాల:** ప్రభుత్వ జూనియర్ లెక్చరర్స్ సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడిగా కొంక వేణు రెండోసారి ఎన్నికయ్యారు. శనివారం ఎస్‌కేఎన్‌ఆర్ ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో నూతన కార్యవర్గాన్ని ఎన్నుకున్నారు. ఉపాధ్యక్షుడిగా మాదూరి రమేశ్, కార్యదర్శిగా ఇమ్రాన్‌ఖాన్, సంయుక్త కార్యదర్శిగా గిందం రాజేశ్, కోశాధికారిగా తిరుపతి, మహిళా కార్యదర్శిగా గుండేటి శ్రీవాణి, రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులుగా కొక్కుల గంగాధర్, చిలుకమారి శ్రీనివాస్ ఎన్నికయ్యారు. ముఖ్య అతిథిగా ఇంటర్ విద్యాధికారి వెంకటేశ్వర్లు, ఎన్నికల అధికారిగా రమేశ్‌బాబు, పరిశీలకులుగా సంజీవ్ వ్యవహరించారు.

### మల్యాల మార్కెట్ కమిటీ నియామకం

- చైర్‌పర్సన్‌గా బత్తిని మల్లేశ్వరి

**మల్యాల:** మల్యాల మార్కెట్ కమిటీ కార్యవర్గాన్ని ప్రకటిస్తూ శనివారం రాత్రి ఉత్తర్వులు జారీ అయ్యాయి. మార్కెట్ కమిటీ చైర్‌పర్సన్‌గా బత్తిని మల్లేశ్వరి, వైస్ చైర్మన్‌గా గడ్డం కేతిరెడ్డి జీవన్‌రెడ్డి, సభ్యులుగా బొల్లం పాపిరెడ్డి, కంబాల రాజమల్లు, రామిడి శేఖర్, బైర లింగయ్య, డబ్బు సత్యవతి, కనకట్ల జలంధర్, యాళ్ల స్వామిరెడ్డి, ముదాం మల్లేశం, ముప్పారపు విద్యాసాగర్, కొలకాని మారుతి, కొంజర్ల రవీందర్, గండె కోటేశ్‌ను నియమించారు. సంకమిటీ అభివృద్ధికి కృషి చేస్తామని నూతన కార్యవర్గం ప్రకటించింది. అలాగే తమ నియామకానికి కృషి చేసిన చొప్పదండి ఎమ్మెల్యే మేడిపల్లి సత్యం, మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ గౌడ్‌కు చైర్‌పర్సన్ మల్లేశ్వరి, సభ్యులు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

# బల్దియాల్లో అక్రమాలు

- నిధుల ఖర్చుకు రశీదులు లేని వైనం
- ఆడిట్‌లో గుర్తించిన అధికారులు
- వివరణ ఇవ్వాలని నోటీసులు
- అయినా పట్టింపులేని బల్దియా అధికారులు
- ఐదు మున్సిపాలిటీల్లో లెక్కలేని రూ.31,37,76,352




జగిత్యాల మున్సిపాలిటీ కార్యాలయం

**జగిత్యాల:** మున్సిపాలిటీల్లో ప్రజలకు సౌకర్యాలు కల్పించాలనే ఉద్దేశంతో ప్రభుత్వం వివిధ పథకాల ద్వారా నిధులు మంజూరు చేస్తోంది. వాటిని వివిధ పనుల నిమిత్తం ఖర్చు చేస్తుంది. అయితే జిల్లాలోని ఐదు మున్సిపాలిటీల్లో ఆడిట్ అభ్యంతరాలు 846 అభ్యంతరాలు వ్యక్తం చేసి రూ.31,37,76,352 లెక్క తేలడం లేదని గుర్తించింది. ఐదేళ్లుగా ఈ డబ్బులకు లెక్క తేలడం లేదు. జిల్లాలోని జగిత్యాల, కోరుట్ల, మెట్‌పల్లి, రాయికల్, ధర్మపురి మున్సిపాలిటీలో చేసిన పనులకు రికార్డులు లేకపోవడం.. ఖర్చు చేసిన మొత్తానికి సంబంధించిన రశీదులు కనిపించకపోవడమే ఈ లెక్కలు తేలకపోవడానికి కారణంగా తెలుస్తోంది. ఒక్కో బల్దియాలో రూ.కోట్ల నిధులకు లెక్కలు లేకపోవడం అక్రమాలు ఏ స్థాయిలో జరిగాయ దీనిని బట్టే అర్థమవుతోంది. ఆడిట్‌లో కోట్లాది రూపాయలు లెక్కలకు లేనట్లు గుర్తించినా.. ఆడిట్ అధికారులు అభ్యంతరాలు వ్యక్తంచేసినప్పటికీ ఇప్పటి వరకు లెక్క చూపడం లేదనే ఆరోపణలు వస్తున్నాయి. నిధులు పక్కదారి పట్టాయనే విషయం దీనిని బట్టే తెలుస్తోంది. జిల్లాలోని మున్సిపాలిటీల్లో 2019 నుంచి 2023 వరకు రూ.31,37,76,352 సంబంధించి సరైన లెక్కలు, రశీదులు లేవని ఆడిట్ అధికారులు గుర్తించారు. వీటిపై వివరణ ఇవ్వాలని ఆడిట్ అధికారులు మున్సిపల్ అధికారులకు నోటీసులు జారీ చేస్తుంటారు. సుమారు నాలుగు నెలల్లోపు సమాధానం ఇవ్వాల్సి ఉన్నా ఇప్పటివరకు స్పందించలేదని తెలిసింది. ఆడిట్ లెక్కల్లో ఇంతమొత్తానికి లెక్కలు తేలాల్సి ఉన్నప్పటికీ అధికారులు మాత్రం నిమ్మకు నీరెత్తినట్లు వ్యవహరిస్తున్నట్లు ఆరోపణలున్నాయి.



**నోటీసులు ఇచ్చాం**

అభ్యంతరాలకు సంబంధించి మున్సిపాలిటీల అధికారులకు నోటీసులు జారీ చేశాం. పేరుకుపోయిన అభ్యంతరాలను పరిష్కరించేలా చర్యలు తీసుకుంటాం. మున్సిపాలిటీ వారు స్పందించాల్సి ఉంది.

– సుజాత, జిల్లా ఆడిట్ అధికారి

**అభివృద్ధి పనుల కోసం ఖర్చు**

మున్సిపాలిటీలకు వివిధ పనుల నిమిత్తం ప్రభుత్వం నిధులు మంజూరు చేస్తుంది. డ్రెయినేజీల మరమ్మతు, రోడ్ల మరమ్మతు, శానిటేషన్, వాహనాల మరమ్మతు, ఇతరత్రా అభివృద్ధి పనులకు నిధులు వెచ్చించాలి. వీటికి తప్పకుండా రశీదులు, లెక్కలు ఉండాలి. కానీ జిల్లాలోని మున్సిపాలిటీల్లో ఆడిట్ అధికారులు చేసిన లెక్కల్లో రూ.కోట్లకు కూడా లెక్క లేదని సమాచారం. ఈ విషయాన్ని గుర్తించిన అధికారులు నోటీసులు జారీ చేసినా ఫలితం లేదు. ఇన్ని కోట్లాది రూపాయల నిధులు ఎక్కడకు వెళ్లాయనేది తెలియని ప్రశ్నగా మారింది.

| ఏడాది | ఆడిట్‌అభ్యంతరాలు | నగదు(రూ.లలో) |
|---|---|---|
| 2019–20 | 249 | 5,71,04,758 |
| 2020–21 | 201 | 5,18,47,323 |
| 2021–22 | 205 | 9,16,23,612 |
| 2022–23 | 191 | 11,32,00,659 |
| మొత్తం | 846 | 31,37,76,352 |

# రాయికల్ ఠాణాకు ఏమైంది

- ఇటీవల ఇద్దరు ఎస్సైల సస్పెన్షన్
- జిల్లాలోనే పెద్ద మండలం రాయికల్



రాయికల్ ఠాణా

**రాయికల్:** జిల్లాలో అతి పెద్ద మండలమైన రాయికల్ ఠాణాకు ఎస్సైగా వచ్చేందుకు పోటీపడేవారు. కానీ కొద్దిరోజులుగా జరుగుతున్న పరిణామాల నేపథ్యంలో ఠాణాకు ఎస్సైగా రావాలంటేనే వెనుకంజ వేస్తున్న పరిస్థితి వచ్చింది. ఠాణాలో గతేడాది మే 26 నుంచి ఈ ఏడాది జూలై 8 వరకు ఎస్సైగా పనిచేసిన అజయ్ ఓ ఇసుక ట్రాక్టర్ కేసు విషయంలో రూ.10వేలను లంచం రూపంలో తన అనుచరుడి ద్వారా తీసుకుంటుండగా ఏసీబీ అధికారులు దాడి చేశారు. వారు పట్టుకునే ప్రయత్నంలోనే తప్పించుకుని పారిపోయాడు. దీంతో అతడిని సస్పెండ్ చేశారు. ఆయన స్థానంలో అశోక్ బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఈయనపై కేవలం రెండున్నర నెలల వ్యవధిలోనే ఆరోపణలు రావడంతో విచారణ చేపట్టిన పోలీసు అధికారులు సస్పెండ్ చేశారు. ఈ పరిణామాల నేపథ్యంలో రాయికల్ ఠాణాలో ఎస్సై పోస్టు అంటే అచ్చిరావడం లేదన్న అపవాదు వస్తోంది. ఎస్సైలు ఆరోగ్యం, కిరణ్‌కుమార్ మాత్రమే రెండేళ్లపాటు పూర్తిస్థాయిలో విధులు నిర్వర్తించారు. వారి తర్వాత వచ్చిన ఎస్సైలు మాత్రం ఆరోపణలకు గురవుతూ సస్పెండ్ అయ్యారు.

**ఎస్సైగా సుధీర్‌రావు**

ఎస్సై అశోక్ సస్పెండ్ కావడంతో ఆయన స్థానంలో సుధీర్‌రావు నియమిస్తూ ఎస్పీ అశోక్‌కుమార్ ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. జిల్లాలోనే అతిపెద్ద పోలీస్‌స్టేషన్ అయిన రాయికల్‌లో శాంతిభద్రతల పర్యవేక్షణకు క్రిటికల్ సమయంలో బాధ్యతలు స్వీకరిస్తున్న సుధీర్‌రావు ఆదివారం బాధ్యతలు స్వీకరించనున్నారు. ఠాణాలో సిబ్బంది కొరతతోపాటు మండలంలో గంజాయి, ఇసుక అక్రమ రవాణా, రేషన్ బియ్యం అక్రమ రవాణా వంటి ప్రధాన సవాళ్లుగా ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా గతంలో ఎస్సైగా పనిచేసిన అజయ్ ఇసుక వ్యవహారంలో ఏసీబీ అధికారులకు చిక్కి సస్పెండ్ అయిన విషయం తెలిసిందే. ఇటు శాంతిభద్రతల పరిరక్షణ, అక్రమ ఇసుక రవాణా, గంజాయి నిర్మూలన, ఇటు మున్సిపాలిటీలో పోకిరీల బెడదపై ఎలాంటి చర్యలు చేపడతారనేది ఆసక్తిగా మారింది.

### భగత్‌సింగ్ పోరాటం యువతకు స్ఫూర్తిదాయకం



నివాళులు అర్పిస్తున్న ఎమ్మెల్సీ జీవన్‌రెడ్డి, ఎమ్మెల్యే సంజయ్‌కుమార్

**జగిత్యాలటౌన్:** భగత్‌సింగ్ పోరాట పటిమ యువతకు స్ఫూర్తిదాయకమని, త్యాగధనుల చరిత్ర తెలుసుకోవాలని ఎమ్మెల్సీ జీవన్‌రెడ్డి, ఎమ్మెల్యే సంజయ్‌కుమార్ అన్నారు. భగత్‌సింగ్ 117వ జయంతి పురస్కరించుకుని భగత్‌సింగ్ యువసేన ఆధ్వర్యంలో జగిత్యాల పట్టణంలో ఏర్పాటు చేసిన భగత్‌సింగ్ విగ్రహాన్ని శనివారం ఎమ్మెల్యే సంజయ్, ఎమ్మెల్సీ జీవన్‌రెడ్డి ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ దేశానికి స్వాతంత్య్రం కోసం 23ఏళ్ల వయసులోనే అమరుడయ్యారని కొనియాడారు. కార్యక్రమంలో బల్దియా చైర్‌పర్సన్ అడువాల జ్యోతి, వైస్ చైర్మన్ గోలి శ్రీనివాస్, కౌన్సిలర్లు, భగత్‌సింగ్ యువసేన సభ్యులు పాల్గొన్నారు. భగత్‌సింగ్ జీవితం ఆదర్శమని భారత్ సురక్షా సమితి రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి ఏసీఎస్.రాజు అన్నారు. తహసీల్ చౌరస్తాలో భగత్‌సింగ్ చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు. అక్కినపెల్లి కాశీనాథం, వేముల పోచమల్లు, సింగం గంగాధర్, బండారి మల్లికార్జున్, కస్తూరి లక్ష్మారెడ్డి, మాడిశెట్టి మల్లేశం పాల్గొన్నారు.

- పంచాయతీ ఎన్నికల ఓటరు జాబితా ప్రకటన
- 382 గ్రామాల్లోని వార్డులవారీగా విడుదల

**గ్రామీణ ఓటర్లు**
**5,93,540**



పోరండ్లలో ప్రకటించిన ఓటరు జాబితాను చూస్తున్న ఓటర్లు



**జగిత్యాలరూరల్:** గ్రామపంచాయతీ ఎన్నికల కోసం రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం ఆదేశాల మేరకు బీఎల్వోలు ఇంటింటా తిరిగి ఓటరు జాబితాను సిద్ధం చేశారు. జిల్లాలోని ఐదు మున్సిపాలిటీలైన జగిత్యాల, కోరుట్ల, మెట్‌పల్లి, ధర్మపురి, రాయికల్ మినహాయించి.. మిగిలిన 20 మండలాల్లోని 382 గ్రామ పంచాయతీల్లో 3,512 వార్డులున్నాయి. ప్రతి గ్రామంలో వార్డులవారీగా బీఎల్వోలు జాబితాను సిద్ధం చేసి ఆయా గ్రామపంచాయతీల్లో నోటీసు బోర్డుపై ప్రదర్శించి అభ్యంతరాలు స్వీకరించారు. తుది జాబితాను శనివారం ప్రకటించారు. జాబితాను ఎంపీడీవో కార్యాలయాలు, గ్రామ పంచాయతీ బోర్డులపై ప్రదర్శించారు.

**మొత్తం 5,93,540 మంది ఓటర్లు**

జిల్లాలోని అన్ని గ్రామాల్లో వార్డులవారీగా ఓటరు జాబితా సిద్ధం చేశారు. జాబితా ప్రకారం జిల్లాలో 5,93,540 మంది ఓటర్లు ఉన్నారు. వీరిలో 2,83,010 మంది పురుషులు, 3,10,522 మంది మహిళలు, ఎనిమిది మంది ఇతరులు ఉన్నారు. వార్డుల వారీగా విభజించి అన్ని గ్రామపంచాయతీల్లో నోటీసు బోర్డులపై తుది జాబితాను ప్రకటించారు.

**రిజర్వేషన్లపై సస్పెన్స్**

గ్రామ పంచాయతీ ఎన్నికల్లో ప్రభుత్వం రిజర్వేషన్లను ఎలా కొనసాగిస్తుందన్న దానిపై సస్పెన్స్ కొనసాగుతోంది. ప్రధానంగా బీసీ రిజర్వేషన్ పెంచిన దాని ప్రకారం రిజర్వేషన్లు ప్రకటించాలని డిమాండ్ చేస్తుండగా.. గత రిజర్వేషన్ ప్రకారమే ఎన్నికలు నిర్వహించాలని మరికొంత మంది డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

**తుది జాబితా ప్రకటించాం**

జిల్లాలో ఎన్నికల సంఘం ఆదేశాల మేరకు వార్డులవారీగా ప్రకటించాం. ఎన్నికల సంఘం ఆదేశాల మేరకు ఇప్పటికే ఎన్నికల విధుల్లో పాల్గొనే వారికి శిక్షణ పూర్తి చేశాం. ఎన్నికల సంఘం నోటిఫికేషన్ విడుదల చేస్తే ఎన్నికలు నిర్వహిస్తాం.

– రఘువరణ్, ఇన్‌చార్జి డీపీవో



లక్ష్మీపూర్ గ్రామపంచాయతీ

**గ్రామాల్లో ఊపందుకున్న ఎన్నికల వేడి**

గ్రామపంచాయతీల్లో వార్డుల వారీగా ఓటరు జాబితా ప్రకటించడంతో పోటీచేసే ఆశావహులు ఓటరు జాబితాపై ప్రత్యేక దృష్టి సారిస్తున్నారు. 18 ఏళ్లు నిండిన యువతను ఆకట్టుకునేందుకు ప్రయత్నాలు కొనసాగిస్తున్నారు. తమకే రిజర్వేషన్ అనుకూలిస్తుందని ఆశావహులు సంతోషం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

**శిక్షణ పూర్తి**

జిల్లాలో గ్రామపంచాయతీ ఎన్నికల కోసం ఇప్పటికే రాష్ట్రస్థాయి, జిల్లాస్థాయిలో విధులు నిర్వహించే అధికారులకు శిక్షణ ఇచ్చారు. దీంతో ఎన్నికల సంఘం ఆదేశాల మేరకు శిక్షణలు కూడా పూర్తయ్యాయి. ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ ఇస్తే ఎన్నికల నిర్వహణ కొనసాగనుంది.

సాక్షి Festival Special



2 నుంచి తొమ్మిది రోజుల పండుగ
ఊరూవాడా తరుణి సందడి
ఎంగిలిపూలతో మొదలై
సద్దులతో ముగియనున్న బతుకమ్మ
ఆటపాటలతో సందడి చేయనున్న ఆడబిడ్డలు

‘తెలంగాణ సంస్కృతి సంప్రదాయాలకు ప్రతీక బతుకమ్మ.. ఈ పండుగ వచ్చిందంటే పల్లె, పట్టణం తేడా లేకుండా పూల పరిమళాలు వెదజల్లుతాయి.. గునుగు, తంగేడు, పట్టుకుచ్చులు, బంతి, చామంతి, రుద్రాక్ష, గోరింట.. ఇలా తీరొక్క పువ్వు బతుకమ్మను ఆహ్వానిస్తుంది.. పూల పూజకు వేళైంది.. బుధవారం నుంచి ఎంగిలిపూలు మొదలు సద్దుల వరకు ఆడబిడ్డలు తొమ్మిది రోజులపాటు బతుకమ్మను ఆటపాటలతో కొలుస్తారు. పంటలు, పిల్లాజెల్లా, గొడ్డుగోదా బాగుండాలని కోరుకుంటారు.’

# పూల జాతరకు వేళాయె

**విద్యానగర్(కరీంనగర్):** ప్రకృతిని ఆరాధిస్తూ తెలంగాణ సంస్కృతిని చాటిచెప్పే పూల పండుగ బతుకమ్మ. ఆడబిడ్డలకు ఎంతో ఇష్టం. మహిళలు అత్తింటి నుంచి పుట్టింటికి చేరుకుంటారు. ప్రకృతిలో లభించే తీరొక్క పూలను సేకరించి, బతుకమ్మను పేర్చి, గౌరమ్మను పూజిస్తారు. వచ్చే నెల 2వ తేదీ నుంచి 10వ తేదీ వరకు సందడి వాతావరణం నెలకొననుంది. వీధులన్నీ పాటలతో హోరెత్తనున్నాయి. పూలు, దుస్తుల కొనుగోలుతో మార్కెట్లు, వస్త్ర దుకాణాలు కళకళలాడనున్నాయి.

**ఒక్కో రోజు ఒక్కో పేరుతో..**

తొలిరోజు బతుకమ్మను ఎంగిలిపూల బతుకమ్మ అంటారు. ముందురోజు కోసిన పూలను నీళ్లలో వేసి, మరునాడు అలంకరణకు వాడటం వల్ల ఇలా పిలుస్తారు. రెండో రోజు అటుకుల, మూడో రోజు ముద్దపప్పు, నాలుగో రోజు నానబియ్యం, అయిదో రోజు అట్ల, ఆరో రోజు అలిగిన బతుకమ్మ అంటారు. ఆరో రోజు అమ్మవారు అలకలో ఉంటుందని నమ్మి, బతుకమ్మ ఆడరు. ఏడోరోజు వేపకాయల, ఎనిమిదో రోజు వెన్నముద్దల, తొమ్మిదో రోజు సద్దుల బతుకమ్మ అంటారు. చివరి రోజు ఆడబిడ్డలు ఆడిపాడి, పోయిరా బతుకమ్మ పోయిరావమ్మా.. మళ్లొచ్చే ఏడాది తిరిగి రావమ్మా.. అని వీడ్కోలు పలుకుతారు. నీళ్లలో నిమజ్జనం చేశాక.. వాయినం ఇచ్చిపుచ్చుకుంటారు.

### అన్నలతో కలిసి పూలు తెచ్చేదాన్ని



ఇంట్లో నేను ఒక్కదాన్నే ఆడపిల్లను. బతుకమ్మ వస్తే ఇద్దరు అన్నలతో కలిసి పొలాల వెంట తిరుగుతూ పూలు తెచ్చేదాన్ని. గుమ్మడి, తంగేడు, కట్ల, గోరింట, సీతమ్మ జడలు, గునుగు వంటి పూలు, గుమ్మడి ఆకులతో అమ్మ బతుకమ్మ పేర్చిది. నా ఈడోళ్లతో ఆడిపాడుతుంటే సంబురంగా అనిపించేది. నాకు ఐదుగురు ఆడపిల్లలు, వారికి ఎనిమిది మంది ఆడపిల్లలు. బతుకమ్మకు అందరూ ఇంటికి వస్తరు.

– గండె అమృతమ్మ, హరిహరనగర్, కరీంనగర్

### లంగా ఓణీలు కనిపిస్తలేవు



**సిరిసిల్ల కల్చరల్:** మా చిన్నప్పటి బతుకమ్మకు ఇప్పుడు ఆడుతున్న బతుకమ్మకు పోలికే లేదు. అప్పట్లో ఒకే వీధిలో ఉన్న ఆడపిల్లలందరం సాయంత్రం చిన్న కూడలికి చేరేవాళ్లం. ఓ పెద్దావిడ మాత్రం ఏమాత్రం అలసిపోకుండా పాడుతూ అందరినీ ఆటలో భాగస్వామ్యం చేసేది. లంగా ఓణీలు, గౌన్‌లు వేసుకున్నవారే కనిపించేవారు. ఇప్పుడు కనిపిస్తలేరు. సౌండ్ బాక్సుల్లో వచ్చే పాటకు, బతుకమ్మకు ఏం సంబంధమో అర్థం కావడం లేదు.

– రాపెల్లి అరుణ, మున్సిపల్ కౌన్సిలర్, సిరిసిల్ల

### పాత పాటలు ఇప్పటోళ్లకు నచ్చట్లేదు



మా అమ్మవాళ్ల ఊరు పర్లపల్లి. మేము ముగ్గురు అన్నలు, ఐదుగురం అక్కాచెల్లెళ్లం. రకరకాల పూలతో బతుకమ్మలను పేర్చుతుంటే మా ఇంట్లో సందడిగా ఉండేది. అందరం కలిసి ఆడిపాడేవాళ్లం. అందరికీ పెళ్లిళ్లయ్యాక ఒక్కచోట కలవడం కుదరడం లేదు. కానీ, ఏటా బతుకమ్మకు మా ఊరెళ్లి, నేనే పాటలు పాడుతున్న. పాత పాటలు ఇప్పటోళ్లకు నచ్చట్లేదు. మైకులు, డీజేలు పెడుతున్నరు.

– చిట్టుమల్ల స్వర్ణలత, చైతన్యపురి, కరీంనగర్

### పాటలు పాడేవారు లేరు



**జూలపల్లి(పెద్దపల్లి):** అప్పట్లో బతుకమ్మ పాటలు పాడేందుకు చాలామంది ముందుకు వచ్చేవారు. మగవాళ్లు గునుగు, తంగేడు, ఇతర పూలు తెచ్చేవారు. ఇప్పుడు ఎవరో పాడిన పాటలు పెట్టి, కోలాటం ఆడటం, చప్పట్లు కొట్టడం తప్ప పాటలు పాడేవారు లేరు. తెలంగాణ వచ్చినంక బతుకమ్మకు పేరొచ్చినా, నాటి పాటలు, సంస్కృతిని మరిచిపోతుండటం బాధగా ఉంది.

– అమరగాని ఈశ్వరమ్మ, జూలపల్లి

### ఇంటి దేవతగా కొలుస్తాం..



**తిమ్మాపూర్:** తెలంగాణ పండుగ బతుకమ్మ. బొడ్డెమ్మ మొదలు సద్దుల బతుకమ్మ వరకు రోజుకో ప్రత్యేకత ఉంది. బతుకమ్మను ఇంటి దేవతగా కొలుస్తాం. నా చిన్నప్పటి నుంచి మా ఇంట్లో అమ్మమ్మ, అమ్మ అక్కలతో కలిసి బతుకమ్మను అలరించడం అందులో నైపుణ్యాన్ని ప్రదర్శించడం చాలా సంతోషంగా ఉంటుంది. పోటాపోటీగా బతుకమ్మను పేరుస్తాం. ఈ పండుగ మనకు నైతిక విలువలు కూడా అలవాటు చేస్తుంది.

– దుర్శెట్టి హరిణి, ఎస్సార్ కళాశాల, కురిక్యాల

### పువ్వులను కీర్తిస్తూ..



బతుకమ్మ పాటల్లో కష్ట సుఖాలు, ప్రేమ, స్నేహం, బంధుత్వం, ఆప్యాయతలు, భక్తి వుంటుంది. రకరకాల పువ్వులు రంగు రంగులలో పూసి ఉంటాయి. వీటిలో గునుగు పూలు, తంగేడు పూలు బాగా ఎక్కువగా పూస్తాయి. బంతి, చామంతి, పూలకు కూడా ఇదే సమయం. ఆడపడుచులు ప్రకృతి సౌందర్యాన్ని అద్భుతమైన రంగురంగుల పువ్వులతో కీర్తిస్తూ పండుగను జరుపుకుంటారు. బతుకమ్మ పండుగ తెలంగాణలో సౌందర్యం,ఆత్మగౌరవం పెంపొందిస్తుంది.

–ఎం.శ్రీయ, జ్యోతిష్మతి ఇంజినీరింగ్ కళాశాల, తిమ్మాపూర్

### ఆడబిడ్డల పండుగ



బతుకమ్మ పూల పండుగ, ఆడబిడ్డల పండుగ. ఊరంతా సందడిగా ఉంటుంది. తొమ్మిది రోజులు రోజొక్క పేరుతో ఆడుతం. ఎక్కడ ఉన్నా..బతుకమ్మ పండుగకి సొంత ఊరికి వెళ్తాం. ఈ పండుగ ప్రకృతిని, దేవుడిని పూజించడంతో పాటు చల్లని శీతాకాలం ప్రారంభాన్ని సూచిస్తుంది. బతుకమ్మ పండుగ మహిళలకు ప్రత్యేకంగా ఉండడం మా అదృష్టం.

– మణిదీప్తి, ఎస్సార్ కళాశాల, కరీంనగర్



## క్లుప్తంగా

### లోక్ అదాలత్‌లో కేసుల పరిష్కారం

**ధర్మపురి:** లోక్ అదాలత్ ద్వారా కేసులకు సత్వర పరిష్కారం లభిస్తుందని జూనియర్ సివిల్ జడ్జి శ్యామ్‌ప్రసాద్ అన్నారు. ధర్మపురి లోని కోర్టులో వారం రోజులుగా లోక్ అదాలత్ నిర్వహిస్తున్నారు. శనివారం ముగింపు సందర్భంగా మాట్లాడారు. రాజీమార్గమే రాజమార్గమన్నారు. వివిధ సమస్యల్లో ఇరుకున్న కేసులను పరిష్కరించారు. ధర్మపురిలో 93, బుగ్గారంలో 31, వెల్గటూర్‌లో 62తోపాటు 1089 డ్రంకెన్‌డ్రైవ్ కేసులు ఉన్నాయని తెలిపారు.

**మెట్‌పల్లిలో..**

**మెట్‌పల్లి:** పట్టణంలోని మున్సిఫ్ కోర్టులో మేజిస్ట్రేట్ అరుణ్‌కుమార్ ఆధ్వర్యంలో లోక్ అదాలత్ నిర్వహించారు. 61 క్రిమినల్, ఎంసీడీవీసీ 7, చెక్‌బౌన్స్ 4, బ్యాంకులకు సంబంధించిన కేసులు 42, సివిల్ 8, డ్రంకెన్ డ్రైవ్ 316 కేసులు పరిష్కరించినట్లు మేజిస్ట్రేట్ తెలిపారు. కార్యక్రమంలో బార్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు పుప్పాల లింబాద్రి, పలువురు న్యాయవాదులు ఉన్నారు.

### న్యాయం చేయాలని ఆర్డీవోకు వినతి

**జగిత్యాల:** తమకు న్యాయం చేయాలని కల్లెడ గ్రామానికి చెందిన రైతులు ఆర్డీవో మధుసూదన్‌కు వినతిపత్రం అందజేశారు. ఎన్‌హెచ్-63లో తమ భూములు కోల్పోతున్నామని, తమకు న్యాయం చేయాలన్నారు. భూములు తమకు పూర్వీకుల నుంచి వచ్చాయని, రోడ్డు నిర్మాణంతో జీవితాలు రోడ్డున పడుతాయని బహిరంగ మార్కెట్ ప్రకారం నష్టపరిహారం చెల్లించాలన్నారు.

# ఆదరించకుంటే కటకటాలే..!

- ఆస్తులు వెనక్కి తీసుకునే అవకాశం
- వృద్ధులకు వేధింపుల నుంచి రక్షణ
- అవగాహన కల్పిస్తున్న అధికారులు



- వెల్గటూర్ మండలం పాశిగాం గ్రామానికి చెందిన మల్లయ్య, రాజవ్వ వృద్ధ దంపతులు తమ కుమారుడు పట్టించుకోవడం లేదని జగిత్యాల ఆర్డీవో మధుసూదన్‌కు ఫిర్యాదు చేశారు. స్పందించిన ఆయన వారి కుమారుడు వెంకటయ్య తల్లిదండ్రుల నుంచి గిఫ్ట్ డీడ్ చేయించుకున్న ఎకరం భూమిని తండ్రి పేరిట తిరిగి పట్టా చేయించాలని, వారికి పోషణ ఖర్చుల కింద ప్రతినెలా రూ.6 వేలు ఇవ్వాలని, వైద్య ఖర్చులు భరించాలని వయోవృద్ధుల సంరక్షణ చట్టం 2007 చాప్టర్ సెక్షన్-2 ప్రకారం తీర్పునిచ్చారు.
- రాయికల్ మండలం తాట్లవాయికి చెందిన రాములు, నర్సవ్వ దంపతులు తమ కొడుకు తిరుపతి తమ సంరక్షణ బాధ్యతలు చూసుకోకపోవడంతో అధికారులకు ఫిర్యాదు చేశారు. దీంతో ప్రతినెలా రూ.6 వేల చొప్పున తల్లిదండ్రులు బతికి ఉన్నంతకాలం చెల్లించాలని, పోషణ, సంరక్షణ బాధ్యతలు చూసుకోవాలని ఆర్డీవో తీర్పునిచ్చారు.
- రాయికల్ మండలం అల్లీపూర్‌కు చెందిన మల్లవ్వకు ఇద్దరు కుమారులు. ఆమెను సక్రమంగా చూసుకోకపోవడంతో ఆర్డీవోకు ఫిర్యాదు చేసింది. ప్రతినెలా రూ.10 వేలు చెల్లించాలని జీవితాంతం వైద్య ఖర్చులు ఇవ్వాలని తీర్పునిచ్చారు.



కౌన్సెలింగ్ ఇస్తున్న ఆర్డీవో మధుసూదన్

**జగిత్యాల:** నిత్యం అనేక మంది వయోవృద్ధులు తమను తమ సంతానం పట్టించుకోవడం లేదని, వేధింపులకు పాల్పడుతున్నారని ఫిర్యాదు చేస్తున్నారు. వయోవృద్ధుల చట్టంలో ప్రభుత్వం కొన్ని సవరణలు చేయడంతో ఇలాంటి వారికి బహుళ ప్రయోజనాలు అందుతున్నాయి. నిత్యం ఏదో ఒక సమస్య మీద నిత్యం డివిజన్ కేంద్రాలైన జగిత్యాల, కోరుట్ల, మెట్‌పల్లిలో తల్లిదండ్రులను విస్మరిస్తున్న వారిపై ట్రిబ్యునల్ చైర్మన్లు అయిన ఆర్డీవోలు వయోవృద్ధులకు అనుకూలంగా తీర్పునిస్తున్నారు. తద్వారా వయోవృద్ధులకు ఎంతోమేలు జరుగుతోంది. తీర్పును పాటించని వారు జైలుశిక్షకు గురయ్యే అవకాశం ఉంది. కోరుట్ల డివిజన్‌లో ఒకరు ట్రిబ్యునల్ తీర్పు పాటించకపోవడంతో అక్కడి ఆర్డీవో మూడు నెలల జైలు శిక్ష విధిస్తూ శిక్ష వేశారు. ఇది వయోవృద్ధులకు ఎంతగానో ఉపయోగపడుతున్నాయి.

### వృద్ధుల సంక్షేమం మన కర్తవ్యం



వృద్ధుల సంరక్షణ మన కర్తవ్యం. కౌన్సెలింగ్ నిర్వహిస్తూ పలు కుటుంబాలకు అండగా ఉంటూ రాష్ట్రంలోనే నంబర్‌వన్‌గా నిలిచాం. కొడుకులు, కోడళ్లు అర్ధరాత్రి వృద్ధులను గెంటేస్తున్నారు. వీటిపై అవగాహన కల్పిస్తున్నాం. వృద్ధుల వేధింపులపై ఫిర్యాదులు అందిన వెంటనే చర్యలు తీసుకుంటున్నాం.

– హరి అశోక్‌కుమార్, సీనియర్ సిటిజన్స్ అధ్యక్షుడు

### తల్లిదండ్రులను విస్మరిస్తే జైలుకే..



వయోవృద్ధుల తల్లిదండ్రుల సంరక్షణ బాధ్యత వారి పిల్లలదే. విస్మరిస్తే ఆరునెలల వరకు జైలుశిక్ష, జరిమానా విధించే వీలుంది. వయోవృద్ధుల సంక్షేమానికి ప్రతిఒక్కరూ పట్టించుకోవాలి. ఆ వయస్సులో వారు ఏమీ చేయలేరు.

– మధుసూదన్, ఆర్డీవో

### రాష్ట్రస్థాయిలో రాణించాలి



విద్యార్థులను అభినందిస్తున్న డీఈవో

**జగిత్యాల:** జిల్లాస్థాయి డ్రామా ఫెస్ట్‌లో ఉత్తమ ప్రదర్శన కనబర్చిన వారు రాష్ట్రస్థాయిలో రాణించాలని డీఈవో జగన్మోహన్‌రెడ్డి అన్నారు. శనివారం టీచర్స్ భవన్‌లో జిల్లాస్థాయి సైన్స్ డ్రామా పోటీలు జరిగాయి. ముఖ్యంగా ప్రపంచ నీటి సంక్షోభం, ఏఐ (ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటలీజెన్సీ), విపత్తు నిర్వహణ కోసం సాంకేతికత, ఆరోగ్యం పరిశుభ్రత, వాతావరణ మార్పుపై జిల్లాస్థాయిలో సైన్స్ డ్రామా పోటీల్లో విద్యార్థులు పాల్గొనడం అభినందనీయమన్నారు. జిల్లా సైన్స్ అధికారి మచ్చ రాజశేఖర్ మాట్లాడుతూ, జిల్లాస్థాయిలో 17 పాఠశాలలు పాల్గొన్నాయని, జిల్లా పరిషత్ పెగడపల్లి నీటి సంక్షోభం ఉప అంశంలో మొదటిస్థానంలో నిలిచింది. ఆరోగ్యం పరిశుభ్రత ఉప అంశంపై జిల్లాకేంద్రంలోని జ్యోతి హైస్కూల్ రెండోస్థానంలో నిలిచింది. ఈ రెండు డ్రామాలు అక్టోబర్ 17, 18 తేదీల్లో జరిగే సైన్స్ డ్రామా ఫెస్ట్‌లో పాల్గొంటాయని తెలిపారు.

### ఎస్సారెస్పీ కాలువల పరిశీలన

**సారంగాపూర్:** బీఆర్‌ఎస్ పాలనలో ఎస్సారెస్పీ కాలువల మరమ్మతు లేక శిథిలమయ్యాయని, వాటికి మరమ్మతు చేయించాలని ఎమ్మెల్సీ జీవన్‌రెడ్డి అన్నారు. శనివారం బీర్‌పూర్ శివారులోని కాలువపై కూలిపోయిన వంతెనను పరిశీలించారు. పదేళ్లలో కాలువలు, డ్రాపులు, అక్విడేట్‌లు, తూములు శిథిలమయ్యాయని, చివరి భూములకు నీరు చేరడం లేదని పేర్కొన్నారు. ఎస్సారెస్పీ సీఈ సుధాకర్‌రెడ్డితో ఫోన్‌లో మాట్లాడి వంతెనకు మరమ్మతు చేయాలని సూచించగా.. రూ.5లక్షలతో సోమవారం నుంచి మరమ్మతు చేస్తామని హామీ ఇచ్చారని పేర్కొన్నారు. అలాగే సాగునీటి సంఘాలు పునరుద్ధరించాలని సీఎంకు లేఖ రాస్తానన్నారు. ఆయన వెంట ఎస్సారెస్పీ డీఈ చక్రూనాయక్, కాంగ్రెస్ నాయకులు పొల్సాని నవీన్‌రావు, మాజీ ప్రజాప్రతినిధులు మసర్తి రమేశ్, మహంకాళి రాజన్న, ముక్క శంకర్, గుడిసె జితేందర్ తదితరులు ఉన్నారు.

### నువ్వుల సాగుతో లాభాలు

**జగిత్యాలరూరల్:** నువ్వుల సాగుతో అధిక లాభాలు సాధించవచ్చని పొలాస వ్యవసాయ పరిశోధన స్థానం ప్రిన్సిపల్ శ్రీలత అన్నారు. శనివారం నువ్వు సాగుపై రైతులకు అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. విత్తనాలను రైతులకు పంపిణీ చేశారు. రైతులు నూనె గింజలపంటలను సాగుచేసి అధిక దిగుబడి సాధించాలన్నారు. జేసీఎస్ 1020 రకం విత్తనాలను పసుపు తీసిన తర్వాత సాగు చేయడం ద్వారా అధిక దిగుబడి వస్తుందన్నారు. రైతులు నువ్వుల్లో కొత్త విత్తనాలను సాగుచేయాలన్నారు. పద్మజ మాట్లాడుతూ.. నువ్వులలో విత్తనోత్పత్తి చేపట్టి అమ్మడం ద్వారా రైతులకు అధిక ఆదాయం వస్తుందన్నారు. కార్యక్రమంలో డాక్టర్ బి.శ్రీనివాస్, రజినిదేవి, శ్రీలక్ష్మీ, రైతులు పాల్గొన్నారు.

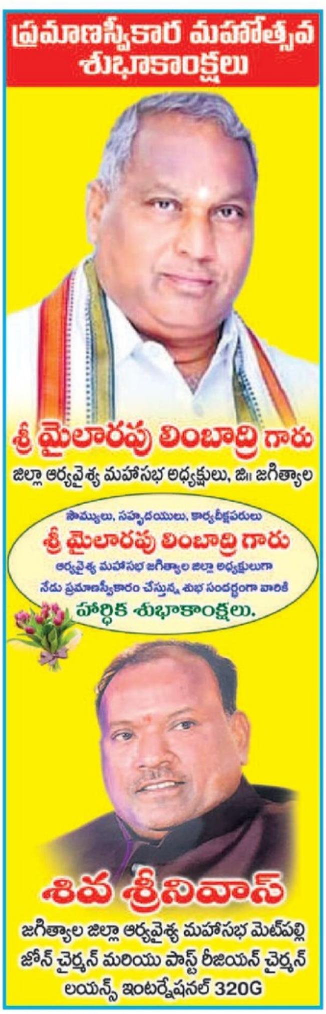
### ఎస్సారెస్పీ 16 గేట్ల ఎత్తివేత

**జగిత్యాలరూరల్:** ఎగువ ప్రాంతాల్లో కురిసిన వర్షాలకు ఎస్సారెస్పీలోకి వరదనీరు భారీగా వచ్చి చేరుతోంది. దీంతో శనివారం ప్రాజెక్టు 16 గేట్లు ఎత్తి నీటిని దిగువకు విడుదల చేశారు. ప్రస్తుతం 80.501 టీఎంసీల నీరు నిల్వ ఉంది. ప్రాజెక్ట్‌లోకి 75,822 క్యూసెక్కుల ఇన్‌ఫ్లో వస్తుండగా.. అంతే స్థాయిలో వదులుతున్నారు. మిషన్ భగీరథకు 231 క్యూసెక్కులు, వరదకాలువకు 10 వేలు, సరస్వతి కెనాల్‌కు 500 క్యూసెక్కులు విడుదల చేస్తున్నారు.

### 106.6 కిలోల గంజాయి దహనం

**జగిత్యాలక్రైం:** జగిత్యాల జిల్లాలో వివిధ పోలీస్‌స్టేషన్లలో నమోదైన 43 కేసుల్లో నిందితుల నుంచి సీజ్ చేసిన 106.6 కిలోల గంజాయిని ఎన్డీపీఎస్ చట్టం ప్రకారం జిల్లా డ్రగ్స్ డిస్పోజల్ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో శనివారం దహనం చేసినట్లు ఎస్పీ అశోక్‌కుమార్ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీ మాట్లాడుతూ, జిల్లా డ్రగ్స్ డిస్పోజల్ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ఇన్సినరేషన్ ప్రక్రియ ద్వారా పర్యావరణ కాలుష్య నియంత్రణ నిబంధనలు పాటిస్తూ గంజాయిని దహనం చేయడం జరిగిందన్నారు. దహనం చేసిన గంజాయి విలువ రూ.25 లక్షలు ఉంటుందని వివరించారు. కొందరు అక్రమార్జనలో భాగంగా గంజాయి సాగు చేసి విక్రయిస్తూ పట్టణ, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో యువతను మత్తులోకి దింపుతున్నారని, అసాంఘిక కార్యకలాపాలకు పాల్పడేవారిని అరికట్టేందుకు జిల్లా వ్యాప్తంగా విస్తృతస్థాయిలో తనిఖీలు నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు. కార్యక్రమంలో కమిటీ సభ్యులు అదనపు ఎస్పీ భీంరావు, డీఎస్పీ రఘుచందర్, ఎస్బీ డీఎస్పీ రవీంద్రకుమార్, రిజర్వ్ ఇన్‌స్పెక్టర్ కిరణ్‌కుమార్, సీసీఎస్ ఎస్సై లక్ష్మీనారాయణ, సీఐలు రాంనర్సింహారెడ్డి, కృష్ణారెడ్డి, రవి, సురేశ్‌బాబు, ఆర్ఐ కిరణ్‌కుమార్ పాల్గొన్నారు.






# యువత గుండెకు ముప్పు

- పెరుగుతున్న గుండె సంబంధిత వ్యాధులు
- ఉన్నట్టుండి కుప్పకూలుతున్న వైనం
- మానసిక ఒత్తిడే కారణమంటున్న వైద్యులు
- యోగా, నడక, వైద్య పరీక్షలు అవసరమని సూచన

నేడు వరల్డ్ హార్ట్ డే



**కరీంనగర్ టౌన్:** మనం ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ముందు మన గుండె పదిలంగా ఉండాలి. ఒకప్పుడు గుండెపోటు రావడం చాలా అరుదు. వయసు మీద పడిన వారికి మాత్రమే వచ్చేది. ఇప్పుడు చిన్నాపెద్ద తేడా లేకుండా అందరికీ వస్తోంది. డ్యాన్స్ చేస్తూ, గేమ్స్ ఆడుతూ, వ్యాయామం చేస్తూ ఉన్నట్టుండి కుప్పకూలుతున్నారు. గుండెపోటుతో ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఎంతోమంది చనిపోతున్నారని సర్వేలు చెబుతున్నాయి. ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాలో గుండె జబ్బులు వస్తున్నవారి సంఖ్య వేలల్లో ఉంటోంది. మారుతున్న జీవన శైలి, ఒత్తిడి, ఆహారపు అలవాట్లతో యువతలో గుండె జబ్బు బారిన పడుతున్నవారి సంఖ్య పెరుగుతోందని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. అందుకే గుండెను ఫిట్‌గా ఉంచాలని సూచిస్తున్నారు. దీనిపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించేందుకు ఏటా సెప్టెంబర్ 29న ప్రపంచ గుండె దినోత్సవం నిర్వహిస్తున్నారు.

**ఉమ్మడి జిల్లాలో గుండె వ్యాధుల బాధితులు**

| ఏడాది | 30-50 ఏళ్లు | 50 ఏళ్లపైన | మొత్తం |
|---|---|---|---|
| 2023 | 2,300 | 3,400 | 5,700 |
| 2024 | 1,760 | 2,640 | 4,400 |

**నిద్రపోతున్నప్పుడు ఎందుకు వస్తుంది?**

ఆరోగ్య నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. నిద్రపోతున్నప్పుడు గుండెపోటు రావడానికి ప్రధాన కారణం.. గుండె ప్రధాన సిరలలో ఒకటి పూర్తిగా బ్లాక్ అవవడం. లేదా దానిలో ఏదైనా అడ్డంకి కావొచ్చు. ఈ అడ్డంకికి రెండు కారణాలు ఉన్నాయి. ఒకటి కొలెస్ట్రాల్ బాగా పేరుకుపోవడం. రెండోది రక్తం గడ్డకట్టడం. ఇది తాత్కాలికంగా సంభవిస్తుంది. కానీ కొలెస్ట్రాల్ ఎప్పటినుంచో ఉంటుంది. సాధారణంగా గుండెపోటు రక్తం గడ్డకట్టడం వల్ల ఏ సమయంలోనైనా రావొచ్చు.

**గుండెపోటుకు ప్రధాన కారణాలు**

అధిక రక్తపోటు, కొలెస్ట్రాల్ లెవెల్స్ పెరగడం, అధిక చక్కెర స్థాయిలు, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, అధిక బరువు, ఎప్పుడూ ఒత్తిడికి లోనవడం. అయితే, గుండెపోటుకు దారితీసే ఈ కారణాలన్నింటినీ చాలా వరకు నియంత్రించవచ్చని డాక్టర్లు అంటున్నారు. వృద్ధాప్యం, లింగ ఆధారిత (ఆడవారి కంటే మగవారికే ఎక్కువగా గుండెపోటు వస్తుంది), వంశపారంపర్యంగా వచ్చేవాటిని మాత్రం నియంత్రించలేమని చెబుతున్నారు.

**లక్షణాలు ఇవీ..**

ఛాతి నొప్పి, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, ఆందోళన, హృదయ స్పందన పెరగడం, మూర్ఛ, మాట్లాడటంలో ఇబ్బంది, విపరీతంగా చెమటలు పట్టడం వంటివి గుండెపోటు లక్షణాలు. అయితే, నొప్పి ఎడమ చాతి వైపు మాత్రమేఊ ఉంటుందని చాలా మంది అనుకుంటారు. కానీ, గుండెపోటు నొప్పి ఛాతిలోనే కాదు మన దవడ నుంచి నాభి వరకు ఎక్కడైనా రావొచ్చు. తర్వాత అది భుజాలు, చేతులు, ఎగువ వీపు వరకు పాకుతుంది.

**నివారణ చిట్కాలు..**

- బరువు పెరగకుండా జాగ్రత్త పడాలి. ప్రతీరోజు 7 నుంచి 8 గంటలు కచ్చితంగా నిద్రపోవాలి.
- క్రమం తప్పకుండా హెల్త్ చెకప్ చేయించుకోవాలి. తీయని లేదా వేయించిన ఆహార పదార్థాలను ఎక్కువగా తినకూడదు.
- స్మోకింగ్, ఆల్కహాల్ అలవాట్లకు దూరంగా ఉండాలి.
- రెగ్యులర్గా వ్యాయామం చేయాలి.
- బీపీ, షుగర్, కొలెస్ట్రాల్ టెస్టులు చేయించుకోవాలి.

**నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు**



రక్తనాళాలు మూసుకుపోయి రక్త సరఫరా తగ్గిపోవడం వల్లే గుండెలో నొప్పి వస్తుంది. దీన్ని గ్యాస్ట్రిక్ సమస్య అనుకుంటూ నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు. ఛాతిలో బరువుగా అనిపించడం, వీపు వెనక భాగంలో నొప్పి రావడం, ఆయాసం, కళ్లు తిరగడం, చెమటలు పట్టడం వంటివి జరుగుతాయి. ఈ లక్షణాలు ఉంటే వెంటనే ఆస్పత్రికి వెళ్తే గోల్డెన్ అవర్‌లోనే ప్రాణాలు కాపాడే అవకాశం ఉంటుంది.

– కొండపాక కిరణ్, కార్డియాలజిస్టు, మెడికవర్ ఆస్పత్రి, కరీంనగర్

**ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలి**



మాట్లడుతున్న సుజాత

హృదయ సంబంధిత వ్యాధులపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని కరీంనగర్ డీఎంహెచ్‌వో డాక్టర్ సుజాత అన్నారు. వరల్డ్ హార్ట్ డేను పురస్కరించుకొని, శనివారం తన కార్యాలయంలో సమావేశం నిర్వహించారు. డయాబెటిస్, హైపర్‌టెన్షన్‌కు సంబంధించిన టెస్టులు చేయించుకోవాలన్నారు. ప్రతీరోజు ఫిజికల్ యాక్టివిటీస్‌లో భాగంగా ఉదయపు నడక, పండ్లు, కూరగాయలు తీసుకోవాలని సూచించారు. అనారోగ్యానికి కారణమయ్యే ధూమపానం, పొగాకు నమలడం, ప్యాకేజీ ఫుడ్స్, ఎక్కువ శాతం ఉప్పు తీసుకోవద్దని సూచించారు. కార్యక్రమంలో డీఐవో డాక్టర్ సాజీదా అతహరీ, డాక్టర్ రాజగోపాల్, వెంకటేశ్వర్లు, కైక, హెల్త్ ఎడ్యుకేటర్లు, డీపీవో స్వామి, కార్యాలయ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

**వ్యాయామం చేయాలి**



ఫాస్ట్‌ఫుడ్స్, జంక్ ఫుడ్స్ ఎక్కువగా తినడం, వ్యాయామం లేకపోవడం వల్ల గుండె సంబంధిత వ్యాధులు వస్తాయి. తెలియకుండానే శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ అధిక స్థాయిలో పెరిగి, రక్తంలో బ్లాక్స్ ఏర్పడతాయి. రక్తనాళాల్లో కొవ్వు పేరుకుపోవడం వల్ల గుండె, మెదడు స్ట్రోక్ వస్తాయి. ప్రతీరోజు 45 నిమిషాల పాటు నడక లేదా వ్యాయామం చేస్తే గుండె సంబంధిత సమస్యలు దూరమవుతాయి.

– డాక్టర్ మల్లెల రాజేంద్రప్రసాద్, కార్డియో థొరాసిక్ అండ్ వాస్కులర్ సర్జన్

### గ్రామాల్లో పౌరసేవలపై ఆరా



మెట్‌పల్లి రూరల్: ఏఎన్‌ఎంను వివరాలు తెలుసుకుంటున్న అధికారులు

**మెట్‌పల్లిరూరల్/పెగడపల్లి/మేడిపల్లి:** గ్రామాల్లో అందుతున్న పౌరసేవలపై పంచాయతీరాజ్ జాయింట్ కమిషనర్ శ్రీనివాస్ శనివారం ఆరా తీశారు. మెట్‌పల్లి మండలం చౌలమద్ది, వెల్లుల్ల, పెగడపల్లి మండలం శాలపల్లి, మేడిపల్లి మండలంలోని కల్వకోట గ్రామాల్లో పర్యటించారు. పంచాయతీ కార్యకలాపాలపై కార్యదర్శులు, ఉపాధి హామీ పనులపై ఫీల్డ్ అసిస్టెంట్లు, ఆరోగ్య సేవలపై ఏఎన్‌ఎంలు, ఐకేపీ పరిధిలోని పలు విషయాలపై మహిళాసంఘాల సభ్యులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఇటీవల ప్రభుత్వం గుడ్‌గవర్నెన్స్ కింద ఎంపిక గ్రామాల్లో ఆయన పర్యటించారని పంచాయతీరాజ్ శాఖ అధికారులు పేర్కొన్నారు. మెట్‌పల్లిలో డీపీవో రఘువరన్, ఇన్‌చార్జి ఎంపీడీవో రామకృష్ణ, ఎంపీవో మహేశ్వర్‌రెడ్డి, ఏపీఎం విమోచన, పశువైద్యాధికారిణి మనీషా, కార్యదర్శులు పాల్గొన్నారు. పెగడపల్లిలో ఎంపీడీవో శ్రీనివాస్‌రెడ్డి, ఎంపీవో మహేందర్, ఏపీవో అనిల్, ఏపీఎం సమత, పంచాయతీ కార్యదర్శి తిరుపతి పాల్గొన్నారు. ఎంపీడీఓ పద్మావతి, ఎంపీఓ నీరజ, ఏపీఎం అశోక్, ఏపీఓ నవీన్, అంగన్‌వాడీ సూపర్‌వైజర్ భాగ్యలక్ష్మి, టీఏ వేణు, పంచాయతీ కార్యదర్శి ఇళయచంద్ర పాల్గొన్నారు.

### అప్పారావుపేట కార్యదర్శి సస్పెన్షన్

**కొండగట్టు(చొప్పదండి):** అక్రమ నిర్మాణాలకు అనుమతి ఇచ్చిన కార్యదర్శిపై వేటు పడింది. జగిత్యాల జిల్లా కొడిమ్యాల మండలం అప్పారావుపేట గ్రామపంచాయతీ ఇన్‌చార్జి కార్యదర్శి వెంకటేశ్వర్లును సస్పెండ్ చేస్తూ కలెక్టర్ సత్యప్రసాద్ శనివారం ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. గ్రామంలోని సర్వే నంబర్లు 397/ఈ, 450/సీ, 460, 461, 462, 463 లలో కొందరు అక్రమార్కులు నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వెంచర్లు వేసి ప్లాట్ల అమ్మకాలు చేపట్టారు. అనుమతి లేని వెంచర్లలో అక్రమంగా కేవలం ఒక్క రోజులోనే 17 పర్మిషన్లు ఇచ్చి జీపీ ఆదాయానికి గండి కొట్టినట్లు అధికారులు గుర్తించారు. ఎలాంటి ముందస్తు పబ్లిక్ నోటీసులు ఇవ్వకుండా అక్రమంగా పర్మిషన్లు ఇచ్చినట్లు అడిషనల్ కలెక్టర్ విచారణలో వెల్లడైంది. విచారణ నివేదికను కలెక్టర్‌కు అందజేయడంతో కార్యదర్శిని సస్పెండ్ చేశారు. కాగా కార్యదర్శిని సస్పెండ్ చేసినంత మాత్రాన సమస్య పరిష్కారం కాదని, అక్రమ పర్మిషన్‌లను రద్దు చేయాలని గ్రామస్తులు డిమాండ్ చేశారు.



### చికిత్స పొందుతూ రైతు మృతి



భూమయ్య (ఫైల్)

**పెగడపల్లి(ధర్మపురి):** మండలంలోని దీకొండ గ్రామానికి చెందిన రైతు తాడూరి చిన్నభూమయ్య (60) పక్షం రోజుల క్రితం విద్యుత్ షాక్‌తో గాయపడి చికిత్స పొందుతూ మృతిచెందాడు. ఎస్సై రవికిరణ్ వివరాల ప్రకా రం.. భూమయ్య తన పొలం వద్ద సాగు చేసిన కంది పంటను అడవి పందుల నుంచి కాపాడుకునేందుకు ఈ నెల 10న, రాత్రి సమయంలో చేను చుట్టూ విద్యుత్ తీగలు అమర్చాడు. మరుసటి రోజు చేను వద్దకెళ్లిన భూమయ్య తాను అమర్చిన విద్యుత్ తీగలు తొలగించే క్రమంలో ప్రమాదవశాత్తు షాక్‌కు గురై తీవ్రంగా గాయపడ్డాడు. వెంటనే కుటుంబ సభ్యులు వరంగల్ ఆస్పత్రికి త రలించగా, చికిత్స పొందుతూ శనివారం మృతిచెందాడు. మృతుడి కుమారుడు మహేశ్ ఫిర్యాదు మేరకు కేసు దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు ఎస్సై పేర్కొన్నారు.

### చిరువ్యాపారం పేరిట తిరుగుతున్నవారికి దేహశుద్ధి

**జగిత్యాలక్రైం:** దసరా సీజన్ పురస్కరించుకుని చిరువ్యాపారాల పేరుతో తిరుగుతూ అనుమతి లేకుండా ఓ ఇంట్లోకి వెళ్లిన ముగ్గురికి స్థానికులు దేహశుద్ధి చేసి పోలీసులకు అప్పగించారు. జగిత్యాల జిల్లా కేంద్రంలోని పోచమ్మవాడలో ముగ్గురు చిరువ్యాపారం పేరుతో వచ్చి ఇంట్లో చొరబడ్డారు. దీంతో ఇంట్లో ఉన్నవారు కేకలు వేయడంతో స్థానికులు వారిని పట్టుకుని దేహశుద్ధి చేసి పోలీసులకు అప్పగించారు. చిరువ్యాపారం పేరిట వచ్చినవారు రాజస్తాన్, బిహార్, నిజామాబాద్‌కు చెందిన వారిగా పోలీసులు అనుమానిస్తున్నారు.

